

EDUKASI PEMBERIAN AIR KELAPA HIJAU UNTUK MENURUNKAN *DISMENORE* MELALUI MEDIA *BOOKLET*

Niken Eka Damayanti¹, Mulyaningsih²
Ninikeken123@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

INTISARI

Latar Belakang : Dismenore adalah kejadian ketidaknyamanan selama menstruasi, biasanya dengan rasa sakit dan berpusat pada perut bagian bawah . Di Indonesia, pada tahun 2014 angka kejadian dismenore 64,25 %, terdiri dari 54,89 % dismenore primer dan 9,36 % dismenore Sekunder. Salah satu pengobatan nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri pada dismenore adalah dengan menggunakan air kelapa hijau. . **Metode :** Tugas akhir ini merupakan karya project yang di buat sendiri sesuai dengan referensi yang di peroleh dalam jurnal dan buku, media yang digunakan adalah booklet. **Hasil;** Luaran project akhir ini berupa booklet berjudul “Dismenore? Atasi Dengan minum air Kelapa Hijau”diharapkan memberi manfaat bagi masyarakat terutama pada wanita yang mengalami nyeri dismenore. **Kesimpulan;** Pemberian air kelapa dapat menurunkan nyeri desmenoere , pemberian edukasi melalui media *booklet* efektif untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai manfaat air kelapa hijau yaitu untuk mengurangi nyeri *dismenore*

Kata Kunci; *Remaja, Dismenore, Air kelapa hijau, booklet*